

«Вузька» спеціалізація, або Цибуля під «нікотином»

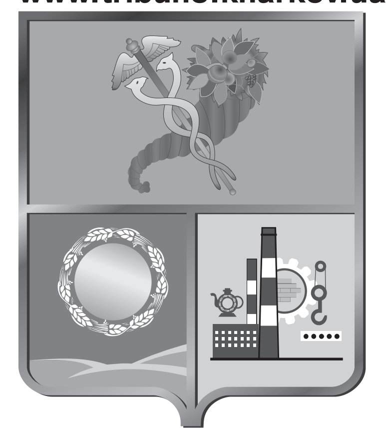
стор. 2



«Тихая охота» без риска для жизни?

стор. 3

www.tribune.kharkov.ua



ТРИБУНА трудящих

20 липня 2011 р.
Середа
№52
(8715)

Заснована 18 липня 1937 року | ГАЗЕТА ХАРКІВСЬКОГО РАЙОНУ ДЛЯ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ

Шановні іменинники

Лахно Віталій Володимирович — голова Шевченківської райдержадміністрації;
Кацуба Володимир Михайлович — голова Дергачівської райдержадміністрації;
Андрєєв Сергій Юрійович — Директор Комунального підприємства «Харківські теплові мережі»;
Кондакова Катерина Миколаївна — головний спеціаліст з кадрових питань управління праці та соціального захисту населення райдержадміністрації;
Поноровська Ольга Миколаївна — заступник начальника управління держказначейства в Харківському районі;
Гравнова Тетяна Анатоліївна — начальник відділу роботи зі зверненнями громадян апарату обласної державної адміністрації;
Маслов Олександр Федорович — голова Харківської обласної колегії адвокатів;
Льовочкін Сергій Володимирович — глава Адміністрації Президента України;
Костяниця Оксана Петрівна — секретар Березівської селищної ради;
Хорошев Микола Миколайович — головний редактор газети «Трибуна трудящих»;
Ківшар Геннадій Володимирович — голова Куп'янської райдержадміністрації;
Лисицький Олександр Васильович — Дергачівський міський голова;
Чернобай Олександр Володимирович — Пісочинський селищний голова;
Бондаренко Сергій Валентинович — завідувач сектора режимно-секретної роботи апарату обласної державної адміністрації;
Угровецький Олег Петрович — начальник Харківської об'єднаної державної податкової інспекції, депутат обласної ради!

Вітаємо вас із Днем народження та бажаємо міцного здоров'я, щедрої долі, благополуччя, творчого натхнення, сил і наснаги, успіхів у ваших справах!

Голова Харківської райдержадміністрації В. П. ЗБУКАР | **Голова Харківської районної ради М. В. ТРЕТЯК**

Вітаємо!

Шановна Наталя Василівно!

Від усього серця прийміть щирі вітання зі Столітнім Ювілеєм!

Нехай щедро родять посіяні вами зерна добрих справ та приносять задоволення і людську вдячність.

Прийміть слова великої вдячності та Божого благословення.

Голова Харківської райдержадміністрації В. П. ЗБУКАР | **Голова Харківської районної ради М. В. ТРЕТЯК**

СПАСАЯСЬ ОТ ЗНОЯ, БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!

Жаркая летняя пора вынуждает людей искать спасения от зноя везде, где только можно. Каникулы в разгаре — и все берега водоемов заполнены детворой. И хорошо, если рядом есть взрослые, которые в случае беды могут прийти на помощь...



Пригородные пляжи ежедневно заполнены отдыхающими, и не только из числа местных жителей, но и гостями из Харькова — сотни машин, тысячи людей везде, где можно окунуться в прохладную воду... На территории Харьковского района ни много ни мало — 124 водоема и 4 водохранилища, и далеко не все соответствуют нормам и имеют безопасные пляжи для купания. Официальных пляжей всего четыре, в остальных местах отдыха людям стоит полагаться лишь на себя, на добровольных «спасателей», да на случайное присутствие врача, из числа все тех же отдыхающих. По данным МЧС на 15.07.2011 года, на территории Харьковской области утонуло 63 человека, из них 9 — в Харьковском районе, в том числе 2 детей. И все это из-за небрежного отношения к опасности.

Сегодня районная комиссия по техногенно-экологической безопасности и чрезвычайным ситуациям, возглавляемая первым заместителем ХРГА Виталием Терещенко, в которую входят представители местных советов, сотрудники МЧС и милиции, уделяет особое внимание вопросам безопасности на воде. В ходе прошедшего 15 июля заседания комиссии были рассмотрены все вопросы, касающиеся предупреждения несчастных случаев, обеспечения безопасности отдыхающих.

План организационных и практических мероприятий включает в себя дежурство медицинских работников на сезонных спасательных постах, обеспечение гражданского порядка в местах массового скопления людей на водных объектах, оборудование в учебных заведениях и организациях тематических уголков с информацией о технике безопасности на воде и правилами первой медицинской помощи, проверку состояния и готовности мест массового отдыха населения.

Как известно, большинство несчастных случаев происходит по неосторожности самих отдыхающих. Даже там, где стоят предупреждающие таблички «Купаться запрещено» — купаются люди, и в частности детвора. Очень много трагических случаев происходит со взрослыми людьми, которые в нетрезвом состоянии идут купаться, что категорически запрещено — подавляющее большинство трагедий случилось именно по вине «зеленого змия».

В любых водоемах опасно купаться в непроверенных местах и особенно прыгать с обрывистых берегов и импровизированных вышек, ведь на дне может быть все, что угодно.

Помните, что нельзя: прыгать с обрывов и случайных вышек, не проверив дно; заплывать за буйки или пытаться переплывать водоемы; выплывать на судоходный фарватер; купаться в нетрезвом виде; устраивать в воде опасные игры; долго купаться в холодной воде; отплывать от берега на надувных матрасах и кругах, если вы не умеете плавать; находясь на лодках, ОПАСНО — пересаживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов, плотин, дноуглубительных снарядов, посреди фарватера реки. Нельзя оставлять детей без присмотра возле воды.

Эти рекомендации уже набили оскомину, их сто раз озвучили и повторили везде, где только можно, но простое их выполнение — гарантия вашей безопасности и сохранения жизни.

Да, спасаться от палящего зноя лучше всего у водоема с прохладной водой. Однако, спасаясь от жары, помните: открытый водоем сам по себе является источником повышенной опасности.

Мария ЗАЙЦЕВА, фото автора

Офіційний сайт газети «Трибуна трудящих»: www.tribune.kharkov.ua

■ Эхо события

Актуальная профессия

Накануне Дня Бухгалтера состоялось торжественное награждение лучших бухгалтеров Харьковского района.

В малом зале ХРГА царила праздничная атмосфера, присутствовали почетные гости: первый заместитель главы ХРГА Виталий Терещенко и заместитель председателя районного совета Виктор Никуленко, которые теплыми словами и пожеланиями поздравили тех, чье призвание быть бухгалтерами.

— Вы принадлежите к одной из самых древних и почетных профессий, даже имеете свой герб. Мы благодарны вам за ваше терпение и ответственный труд, за все, что вы делаете для общества, — отметил Виталий Терещенко.

За безупречную плодотворную работу, добросовестное выполнение служебных обязанностей, высокий уровень профессионального мастерства, преданность делу и по случаю профессионального праздника — Дня бухгалтера Грамотой главы районной государственной администрации и председателя районного совета награждены: Людмила Бурьян, Наталья Тищенко, Евгения Колесник, Наталья Маловица, Светлана Кандыба, Ольга Бутырская, Лидия Чорненька, Елена Ладыгина, Надежда Кондала, Любовь Симонова, Антонина Мирошниченко, Наталья Тищенко, Елена Гузенко.



Виталий Терещенко и Виктор Никуленко поздравляют бухгалтеров района

Благодарностью главы районной государственной администрации и председателя районного совета были отмечены: Елена Майстренко, Татьяна Орловская, Людмила Степанова, Валентина Линник, Людмила Кроленко, Елена Барабаш, Александра Удовиченко, Валентина Рыжкова, Валентина Гритченая, Наталья Турчина, Наталья Шевченко, Любовь Гармаш, Ольга Шафоростова, Елена Мац.

Ну, и конечно, традиционный музыкальный сюрприз: перед виновниками торжества и гостями выступили заслуженные артисты Украины — солист Харьковской областной филармонии Олег Литенко и «золотая скрипка» Харькова Василий Дмитренко.

Все мы знаем, что бухгалтер — незаменимая профессия в нашем обществе, ведь именно эти люди тщательно и скрупулезно подсчитывают, во что в денежном эквиваленте оценен наш с вами труд.

И на них лежит большая ответственность — «свести дебет с кредитом». И мы, поздравляя бухгалтеров, от души желаем, чтоб и наш, и их труд был оценен по достоинству и щедро. Как говорится, чтоб денег было не «много», а чтоб «на все хватало»...

С праздником, дорогие наши бухгалтеры!

Мария ЗАЙЦЕВА, фото автора

«ВУЗЬКА» СПЕЦІАЛІЗАЦІЯ, АБО ЦИБУЛЯ ПІД «НІКОТИНОМ»



Василь ЧИГРИН, фото автора

Останні два роки показали, що держава поступово, але впевнено намагається залишити селян наодинці зі своїми проблемами. Робочі місця катастрофічно скорочуються, про пристойну роботу на селі — годі й говорити. Молодь намагається виїхати до міста, а ті, хто все ж залишається далі жити у сільській місцевості, — шукає будь-які шляхи виживання. На щастя, у деяких селах нашого району ще трапляються випадки успішного ведення сімейного бізнесу.

Сім'я Волошиних уже кілька років займається городництвом. Має приблизно 3 гектари землі: один свій, виділений під ведення індивідуального господарства, а решта два — орендовані із земель запасу. Раніше Сергій Павлович з дружиною понад 20 років пропрацювали в Інституті овочівництва і баштанництва УААН під Мерефою, а вдома вирощували різні овочі, не віддаючи перевагу якійсь одній городині. Близькість ставка і можливість поливу дозволяє це робити. А останні два роки сім'я спеціалізується на цибулі та часнику. Чому? Виявляється, «вузька» спеціалізація — це завжди вигідніше, на думку господаря. По-перше, набуваєш досвіду, поглиблюєш технологію і, таким чином, знижуєш собівартість продукції, нарощуючи відповідно прибуток. А, по-друге, менше мороки з реалізацією, бо, знайшовши споживача, намагаєшся встановити з ним довготривалі контакти на постійній основі.

Останнім часом харківські ринки та овочеві відділи супермаркетів практично повністю наводнені імпортними овочами та городиною. Цибулю та часник, наприклад, везуть з Польщі, Туреччини, Нідерландів і навіть з Китаю. За державу стає соромно, адже колись Україна постачала цибулею та часником ледве не весь Радянський Союз.

— Високі ціни на хімреактиви, розповсюдження хвороб і шкідників суттєво впливають на вітчизняний урожай городини, робить неконкурентноспроможною українську овочеву продукцію, — каже Сергій Павлович. — Все це спричинило й гірку долю вітчизняної цибулі та часнику, які стали у нас нерентабельними чи низькорентабельними, бо затрати великі, а ціни на продукцію низькі. Але ми поставили собі за мету вирощувати дешеву цибулю і часник...

Для цього Волошини вирішили відмовитися від хімпрепаратів, до мінімуму звели застосування міндобрив, а по можливості й зовсім відмовляються від них. Їхні предки не знали «хімії» і отримували 5—6 центнерів з однієї сотки. Для грядок під цибулю та часник сім'я використовує перегній, бо якщо органіку класти безпосередньо під цибулю, то добре виганяється зелень, а самі цибулини формуються погано.

Крім того, такий урожай добре зберігається. Найкраще використовувати добре перепрілий компост або перегній, який вноситься з осені. А висаджувати цибулю-саджанку намагаються з весни якнайраніше.

Для того, щоб цибуля не стрілкувалася, перед посадкою її обдають окропом, або за два тижні до висадки прогрівають при температурі 40—45 градусів протягом 8—12 годин.



«Високі ціни на хімреактиви, розповсюдження хвороб і шкідників спричинили гірку долю вітчизняної цибулі та часнику, які стали у нас нерентабельними чи низькорентабельними»

З шкідниками Волошини також борються без «хімії». По-перше, удобрюють землю мікроелементами, посипаючи її восени перед оранкою деревним попелом — одне відро на 5—6 квадратних метрів. Безпосередньо перед посадкою цибулі та часнику борозенки також оброблюють попелом, змішаним із тютюновим пилом, який беруть як з власної печі та плити, так і купують у сусідів за кілька гривень. Через два тижні, після того як з'являються сходи, міжряддя ще раз притрушуються сумішшю попелу з тютюновим пилом. «Нікотинова суміш» надійно відлякує від цибулі будь-яких шкідників.

У гарячі періоди, коли сім'я Волошиних не може впоратися на городі самостійно, вони наймають кількох людей за гроші або за натуральну продукцію. Допомога потрібна особливо при посадці, догляді за рослинами. Важливо також своєчасно зібрати вирощене, щоб цибулини не проросли під час осінніх дощів.

Ось у такий «дідівський» спосіб Сергій Павлович з дружиною вирощують без великих затрат досить пристойні урожаї цибулі та часнику. Торік вони зібрали десь понад 90 тонн цибулі і 20 тонн часнику. Цибулю продавали по 2 гривні за кілограм, а часник по 4 гривні. Вже цього літа перші кілька тонн цибулі реалізували аж по 5 гривень за кілограм, а часник по 12 гривень за кілограм.

— Комусь може здатися, що ми продешевили з нашою продукцією, — каже Сергій Павлович. — Адже зараз одна лише голівка часнику на ринку коштує 2—3 гривні. Але ж ми продавали оптом, не торгували на базарі, тому цілком задоволені. Причому не шукали покупця, а він сам знаходив нас. Минулого року лише на цибулі та часнику ми заробили понад 160 тисяч гривень. Ось вам і вигоди «вузької» спеціалізації!

Коментар фахівця



Іван Хорошун, кандидат сільськогосподарських наук, керівник проекту «Екологічне землеробство» в Харківській області:

— Україна завжди славилася екологічно чистою сільгосппродукцією і овочами зокрема. У Передмісті на сьогоді зосереджена переважна більшість тепличних господарств та присадибних ділянок, де вирощують різноманітні овочі, зелень, ягоди для продажу не лише в Харкові, а й за межами нашої країни. У російські Москву і Санкт-Петербург традиційно везуть на реалізацію із Харківського району цибулю і часник, помідори й огірки, різноманітну зелень і навіть полуницю. Це не випадково, адже на приватних городах мінімально використовують хімічні препарати, гербіциди та неорганічні добрива. Господарі дорожать якістю вирощуваної продукції і власним престижем, адже багато років мають постійні, налагоджені канали збуту городини. Тому оптовики з України, Росії, Білорусії та інших країн близького зарубіжжя довіряють нашій овочевій продукції, знаючи її чудові смакові якості, великий вміст вітамінів і тривалий термін зберігання. Важливо й те, що овочеводи Передмістя обізнані з прогресивними методами обробки грунту, зокрема із застосуванням органіко-мінерального комплексу гумата калію з додаванням рідких мінеральних добрив. 2—3 відра таких активних речовин, внесених у 2-гектарний город, і урожайність овочів підвищується аж на 40—50%.

«ТИХАЯ ОХОТА» БЕЗ РИСКА ДЛЯ ЖИЗНИ?



Виктория СТЕПКОВА

■ Здоровье

Дождливое лето этого года сказалась на необычайно высоком урожае грибов. В леса Харьковщины потянулись грибники не только из числа местных жителей, но и харьковчане. Что необходимо знать, чтобы увлечение «тихой охотой» не окончилось на больничной койке?



Грибная опасность

Харьковский район издавна славится своими грибными местами. А близость к областному центру привлекает в наши леса не только местных жителей, но и горожан. В числе пользующихся наибольшей популярностью у грибников мест можно назвать окрестности Васищева, Высокого, Липцев, Хорошева, Манченков, Люботина. Хотя, по большому счету, в грибной год собрать неплохой урожай можно практически в любом лесу или рощице.

Наиболее распространены в нашей местности такие грибы, как опята, маслята, боровики (т. н. «польский гриб»), шампиньоны. Меньшей популярностью пользуется сыроежка, дождевик шипованный и так называемая «рядовка». Ну, а настоящие грибники-профессионалы умудряются приносить ведрами настоящие деликатесы — белый гриб и появившиеся недавно рыжики.

Поход за грибами — это не просто возможность полакомиться вкусным блюдом или запасти на зиму несколько баночек солений. Медики отмечают положительное воздействие этого хобби на организм человека: снижение кровяного давления, защита от стрессов и депрессии. Однако все положительные моменты могут быть омрачены одним-единственным ядовитым грибом, оказавшимся в вашей корзинке. А количество случаев отравления грибами в нашей области, по данным ГУ МЧС, к сожалению растет год от года.

Что же стало причиной повышенной опасности грибов? Прежде всего, это неблагоприятная экологическая обстановка в целом, а в Харьковском районе она еще усугубляется близостью к крупному промышленному центру. Гарантированно несъедобными являются грибы, растущие возле транспортных магистралей, на промышленных пустырях, на бывших свалках, в химически и радиационно опасных зонах. Кроме того, экологические проблемы привели к видоизменению и перерождению ряда грибов, поэтому спасатели советуют не особо доверять каталогам и иллюстрированным справочникам грибов, особенно десятилетней и более давности издания.

Кроме того, небезопасными для здоровья могут оказаться не только классические поганки, но и просто некачественные грибы — червивые, старые, гнилые, неправильно срезанные или слишком долго хранившиеся в непереработанном виде после срезки.

Ну, а если уж желание отправиться в лес за грибами превышает чувство самосохранения, сотрудники МЧС настаивают на строгом соблюдении основных правил безопасности.

Правила безопасности: до похода в лес...

Прежде всего — это соблюдение «золотого правила» грибников всех времен и народов: не уверен — не бери! Рассуждения, типа «этот гриб такой аппетитный на вид» или «похожий гриб я видел на рынке (в справочнике)» — в лесу недопустимы.

Не собирайте грибы в экологически неблагополучных местах.

Избегайте грибов с цилиндрической ножкой, особенно таких, внизу которых есть утолщение «бульбой», окруженное оболочкой. Не собирайте пластинчатые грибы, т. к. ядовитые грибы чаще всего маскируются под них. Не собирайте грибы, напоминающие по внешнему виду шампиньоны и печерицы, у которых пластинки нижней поверхности шляпки гриба белого цвета.

Избегайте грибов с поврежденной ножкой, старых, вялых, червивых или осклизлых.

Кроме того, очень часто причиной беды становятся расхожие заблуждения. Наиболее известными и опасными являются следующие:

— «Все съедобные грибы имеют приятный вкус»;

— «Ядовитые грибы имеют неприятный запах, а съедобные пахнут «грибным духом»;

— «Все молодые грибы — съедобны»;

— «Ядовитые грибы не бывают червивыми»;

— «Опущенная в грибной отвар серебрянная ложка или монета чернеет, если в отваре был ядовитый гриб». Другой вариант: «Луковица или чеснок становятся бурыми, если их проварить в кастрюле, где находится ядовитый гриб»;

— «Яд можно вывести из грибов, если кипятить их на протяжении нескольких часов»;

— «Сушка, засолка, маринование, термическая обработка нейтрализуют яд, содержащийся в грибах»;

— «При отравлении необходимо выпить водки или молока». Наоборот — молоко и алкоголь способствуют ускорению всасывания токсинов грибов в кишечник!

Все эти «полезные советы» не имеют под собой никакой научной основы. Но тем не менее, они оказались очень живучи и передаются из поколения в поколение, становясь причиной множества несчастных случаев.

...И после возвращения

Если вы все же решились отправиться «в лес по грибы», и особенно, если вы при этом не являетесь опытным грибником, внимательно прочтите следующие рекомендации.

Прийдя домой с добычей, еще раз внимательно пересмотрите все грибы, особенно если в их сборе участвовали дети. Будет неплохо, если в сортировке примет участие кто-то из более опытных грибников. В случае возникновения малейших сомнений — выкиньте всю партию! Не подвергайте риску свою жизнь и жизни близких людей!

Ни в коем случае не пробуйте сырые грибы на вкус, особенно с целью определения «съедобное-несъедобное».

Нижнюю часть ножки, загрязненную грунтом, необходимо срезать и выбросить. Все грибы необходимо тщательно промывать, а у маслят и мокрухи снимать со шляпки скользкую пленку.

Грибы необходимо готовить непосредственно в день сбора, позднее в них начинает образовываться трупный яд. В процессе обработки грибы кипятят 7—10 мин., после чего отвар сливают. После этого грибы можно варить или жарить.

Условно съедобные грибы, используемые для консервации — грузди, волнушки и другие, содержащие молочный сок — перед засолкой необходимо вымочить в воде или отварить. Этим вы не только снизите риск отравления, но и избавитесь от неприятного горьковатого привкуса. При консервировании грибов вообще необходимо строго придерживаться технологии, по сравнению с обычными фруктами и овощами. Неправильно приготовленные консервированные грибы могут стать причиной очень опасного заболевания — ботулизма.

И еще один момент. Некоторые виды грибов (зеленушка, синяк-дубовик, и др.) содержат ядовитые вещества, которые не растворяются в желудке. Так что употребление их в небольшом количестве может пройти незаметно для общего самочувствия. Однако длительное употребление, несколько дней подряд, ведет к накапливанию яда и симптомам отравления. Кроме того, эти грибы ни в коем случае нельзя употреблять «под водочку», поскольку алкоголь растворяет яд и производит резкий вброс его в организм.

Ну, и последнее напоминание, с которым сотрудники МЧС обращаются к нашим читателям: Отравление грибами очень тяжело поддается лечению. Поэтому лучше не собирайте и не ешьте грибы совсем. Без грибов можно прожить...

■ Вопрос ребром

Будет ли порядок на рынке лекарств?

Фармацевтический рынок Украины находится в предлихорадочном состоянии. Полгода Минздрав не проводит тендеров по закупке медицинских препаратов, и это не может не беспокоить: ведь лекарства — не роскошь, а жизнь. Уже сегодня аптеки и больницы начинают испытывать дефицит медикаментов для лечения туберкулеза, гемофилии, ВИЧ-инфекции, онкозаболеваний...

Власти не отрицают, что проблема существует, но называют и объективную причину: тендеры приостановили, чтобы навести порядок и уничтожить коррупционные схемы, сложившиеся в цепи, по которой лекарства поступают от производителя к потребителю. Не секрет, что отпускная цена многих медикаментов в наших аптеках превышает стоимость аналогичных препаратов в Европе. Всем памятны скандалы с закупкой вакцины «Пентаксин» и препарата от «свиного гриппа» «Тамифлю», закупленных по сильно завышенной (и это еще мягко сказано) цене. Ажиотажный спрос, вызванный паникой, позволил кое-кому снять нехилый «урожай» денег. И это не единичные примеры, просто наиболее «громкие». Сколько подобных закупок прошло мимо внимания общественности, остается только догадываться.

По словам руководителя парламентского комитета по вопросам здравоохранения Татьяны Бахтеевой, 11 сотрудников Минздрава сейчас находятся под следствием — расследуются закупки 2008—2009 гг., когда медпрепараты закупались по ценам, в разы превышающим их реальную стоимость. И сегодня перед министерством стоит задача — провести закупки качественно, что позволит сэкономить значительные средства и обеспечить больных лекарствами не на 30—40%, а гораздо больше. Уже в августе—сентябре будут проведены все необходимые тендеры, заверила Татьяна Бахтеева.



Вообще, рынок лекарств — это прибыльная сфера, ведь человек может отказать себе во многом, а когда речь идет о жизни и здоровье, покупатель не станет экономить. Отсюда и неоправданно высокие «накрутки» на товар. И если сеть социальных аптек еще как-то контролируется, то коммерческие магазины, торгующие медикаментами, зачастую сильно завышают цены.

Рынок фальсификатов в нашей стране вообще не поддается никакому контролю. Как бы ни боролись ответственные структуры с контрафактной продукцией на фармрынке, то тут, то там «выплывают» все новые случаи подделки лекарств. Как они попадают в аптеки — остается только догадываться.

К слову, государственная служба по лекарственным препаратам вообще готовит масштабные перемены в порядке продажи медикаментов. В Украине хотят закрыть аптечные киоски, запретить рекламу в аптеках и разделить на витринах лекарства и сопутствующие товары. Нововведения буду смягчены для сел, где лекарства могут продаваться в киосках и фельдшерских пунктах, при условии, что отпуском лекарств будет заниматься человек с медицинским образованием. Таким образом, сельские жители смогут и впредь покупать лекарства на месте, а не ездить за ними в населенные пункты, где есть аптеки. Если эти инициативы будут приняты, аптекарям дадут год, чтобы внедрить их на местах.

Хотелось бы верить, что все, о чем говорят высокопоставленные чиновники, удастся реализовать так, чтоб не пострадал рядовой покупатель медпрепаратов. Чтоб не вышло «хотели как лучше, а получилось как всегда». Ведь в высших эшелонах власти всегда благие намерения, вот только иногда, когда дело доходит до реализации этих намерений, и выплывают ошибки и огрехи, а за них расплачивается «пересичный» украинец.

По собственной информации «Трибуны трудящихся», Харьковская районная аптека №30 в последнее время в тендерах участия не принимала, что создает определенные трудности. Впрочем, на сегодняшний день особых проблем с отпуском лекарств (в том числе и бесплатных, для льготных категорий) пока нет. А главный врач районного туберкулезного диспансера Юлия Костина в телефонной беседе сообщила, что сейчас ситуация с обеспечением больных противотуберкулезными препаратами в Харьковском районе осуществляется в полном объеме как за счет существующих запасов, так и за счет новых поступлений.

Ольга ПОПОВА

■ Інформація для населення

Умови вступу інвалідів до Державного закладу «Луганський інститут праці та соціальних технологій»

Строки прийому заяв і документів, вступних екзаменів, конкурсного відбору та зарахування на навчання:

1. Прийом заяв і документів, вступні екзамени, конкурсний відбір та зарахування на навчання вступників на основі загальної середньої освіти проводиться в такі строки:

Етапи вступної компанії	Денна форма навчання	Навчання без відриву від виробництва
	вступники на основі освіти	
	повної загальної середньої	
Початок прийому заяв та документів	1 липня 2011 р.	25 липня 2011 р.
Закінчення прийому заяв та документів від осіб, які мають складати вступні екзамени	22 липня 2011 р.	23 серпня 2011р.
Закінчення прийому заяв та документів від осіб, які не складають вступних екзаменів	31 липня 2011 р.	26 липня 2011 р.
Строки проведення інститутом вступних екзаменів	23—31 липня 2011 р.	27—29 серпня 2011 р.
Термін оприлюднення рейтингового списку вступників	01 серпня 2011 р.	30 серпня 2011 р.
Термін зарахування вступників	23 серпня 2011 р.	31 серпня 2011 р.

2. Прийом заяв і документів, фахові випробування, що проводить інститут, конкурсний відбір та зарахування на навчання вступників на основі освітньо-кваліфікаційного рівня молодшого спеціаліста проводиться в такі строки:

Етапи вступної компанії	Денна форма навчання	Навчання без відриву від виробництва
	вступники на основі освітньо-кваліфікаційного рівня молодший спеціаліст	
Початок прийому заяв та документів	1 липня 2011 р.	25 липня 2011 р.
Закінчення прийому заяв та документів	30 липня 2011 р.	23 серпня 2011 р.
Строки проведення інститутом фахових вступних випробувань	31 липня 2011 р.	29 серпня 2011 р.
Термін оприлюднення рейтингового списку вступників	01 серпня 2011 р.	30 серпня 2011 р.
Терміни зарахування вступників	02 серпня 2011 р.	31 серпня 2011 р

3. Прийом заяв і документів, фахові вступні випробування, що проводить інститут конкурсний відбір та зарахування на навчання вступників на основі базової вищої освіти проводиться в такі строки:

— прийом на денну та заочну форму навчання за освітньо-кваліфікаційним рівнем «спеціаліст» розпочинається з 27 липня по 26 серпня 2011 р.;

— рейтинговий список вступників, які вступають до інституту, за освітньо-кваліфікаційним рівнем «спеціаліст», на денну та заочну форму навчання із зазначенням рекомендованих до зарахування, оприлюднюється 26 серпня 2011 р.;

— зарахування вступників за освітньо-кваліфікаційним рівнем «спеціаліст» на денну та заочну форму навчання за кошти фізичних та юридичних осіб відбудеться 10 вересня 2011 р.

Перелік документів, необхідних для вступу:

— атестат + додаток (оригінал і ксерокопія), диплом + додаток (оригінал і ксерокопія);
— сертифікат незалежного тестування України;
— медична довідка 086-У (в реєстратурі за місцем проживання);
— карта щеплень (для вступників на денну форму навчання);
— 6 фотокарток 3*4;
— копія трудової книжки, завірена відділом кадрів (при наявності);
— копія ідентифікаційного коду;
— копія паспорту (1, 2, 11 стр.);
— копія свідоцтва про шлюб (якщо прізвища у паспорті і в документі про освіту різні);
— кольоровий швидкозшивач;
— файли — 5 штук;
— зошит — 1 штука (18 аркушів/клітинка);
— бумага ксероксна (20 аркушів);
— конверт по Україні (2 шт.).



Николай ХОРОШЕВ

ДЕТИ, «КОМПЫ» И ГЛАЗА

■ Проблема (продолжение)

В «Трибунке» №48 мы затронули тему влияния социальных сетей на детей, сознательно опустив другие составляющие этой проблемы.

Сегодня мы говорим о медицинской составляющей длительного времяпрепровождения детей у монитора — об ухудшении зрения и появлении болей в спине. К слову, эта тема близка и взрослым, деятельность которых связана с компьютерами.

Стремительное распространение персональных компьютеров заставило офтальмологов задуматься о профилактике и снятии компьютерного зрительного синдрома (Computer Vision Syndrome), который, оказывается, часто сочетается с синдромом «сухого глаза».

Зрение человека в XX—XXI веке оказалось мало приспособлено к работе с компьютерными изображениями, ведь картинка экрана отличается от естественной тем, что она «самосветящаяся», а не отраженная. Нагрузка на глаза ребенка существенно возрастает при необходимости постоянного перемещения взора с экрана монитора на клавиатуру и бумажный текст, а блики на экране монитора от внешних источников, неправильное расстояние от глаз до экрана, неудачный выбор цветов, чрезмерно большая яркость экрана усугубляют ситуацию. Большую нагрузку на зрение оказывает и работа с компьютерной графикой — дизайн и черчение с помощью ПК. Поэтому, если вы заметили, что у вашего ребенка (или у вас) снизилась острота зрения, то, скорее всего, у него «появилась» близорукость, развитие которой может сопровождаться головной болью или слезоточивостью...

Более того, сидя часами за компьютером, многие дети приобретают искривление позвоночника. У них появляются боли в спине из-за того, что одни мышцы находятся все время в напряжении, а на другие — вообще не воздействует никакая нагрузка. А это приводит к деградации расслабленных мышц.

Очень часто, после длительной работы или игры за компьютером ребенок может также ощущать онемение в запястье руки, которой держит «мышку» — это первые признаки синдрома запястного канала...

Чтобы не допустить появления заболеваний, связанных с позвоночником, специалисты рекомендуют не сидеть в одной позе длительное время и снимать напряжение со спины упражнениями, такими как: потягивание с поднятыми вверх руками, круговые движения головы, разведение рук...

И помните, что здоровье ребенка, во многом зависит от контроля со стороны родителей, от их настойчивости и непоколебимости в отношении количества времени, проводимого ребенком у компьютера. Ну и, естественно, нужно на собственным примере показывать эффективность регулярных профилактических упражнений для улучшения зрения и поддержания позвоночника в здоровом состоянии.

Симптомы компьютерного зрительного синдрома:

Оптические синдромы:
— затуманивание зрения (снижение остроты зрения);
— замедленная перефокусировка с ближних предметов на дальние и обратно (нарушение аккомодации);
— двоение предметов;
— быстрое утомление при чтении.

Физические синдромы:
— жжение в глазах;
— чувство «песка» под веками;
— боли в области глазниц и лба;
— боли при движении глаз;
— покраснение глазных яблок.

Один из комплексов упражнений для улучшения зрения:

— горизонтальные движения глаз: направо-налево;
— движение глазными яблоками вертикально вверх-вниз;
— круговые движения глазами: по часовой стрелке и в противоположном направлении;
— интенсивные сжимания и разжимания глаз в быстром темпе;
— движение глаз по диагонали: скосить глаза в левый нижний угол, затем по прямой перевести взгляд вверх. Аналогично в противоположном направлении;
— сведение глаз к носу. Для этого к переносице поставьте палец и посмотрите на него — глаза легко «соединятся»;
— частое моргание глазами;
— работа глаз «на расстояние». Подойдите к окну, внимательно посмотрите на близкую, хорошо видимую деталь: ветку дерева, растущего за окном, или на царапинку на стекле. Можно наклеить на стекло крохотный кружок из бумаги. Затем направьте взгляд вдаль, стараясь увидеть максимально удаленные предметы.

Все упражнения следует повторять не менее 6 раз в каждом направлении.

Комментарий специалиста



Детский офтальмолог, главный врач Будянской больницы Алексей Болгов:

— Самое очевидное решение данной проблемы — это ограничение количества времени, проводимого детьми за компьютером. Я рекомендую делать короткий перерыв через каждые 30 минут занятий. Идеальной «разрядкой» может стать физическая активность, не требующая напряжения зрения, или профилактические упражнения для глаз, помогающие детям избежать проблем, связанных с использованием компьютера. Неплохо также разнообразить характер занятий ребенка за компьютером: например, работу с текстовым процессором можно чередовать с игрой, в которой присутствуют движущиеся объекты. Такое чередование будет требовать от молодых глаз совершенно разного поведения и воспрепятствует их утомляемости, вызванной длительной концентрацией зрения на одной и той же цели.

Еще один способ уменьшить риск перенапряжения глаз состоит в выборе хорошего монитора. Мониторы с высоким разрешением всегда удобнее для глаз, чем мониторы с низким разрешением. Если вы и ваши дети собираетесь сидеть у компьютера долго, то вам необходимо иметь дисплей с высокой четкостью. Наконец, важно принять меры по уменьшению отражений от монитора: яркое и неровное освещение в комнате может вызвать неприятные отражения на экране. Устранить это можно, выключив верхнее освещение или задернув на окнах шторы, которые пропускают слишком яркий свет... Если вашему ребенку доставляют беспокойство отражения от монитора или его яркость, то можно установить специальный антибликовый экран.

Если же ваш ребенок начал жаловаться на головную боль, если у него воспаляются и чешутся глаза или неожиданно возникают трудности с чтением или другими школьными занятиями, то вам необходимо показать его офтальмологу. Не забудьте при этом сообщить, что у вас дома есть компьютер, и расскажите, сколько времени за ним проводит ребенок. Врач назначит специальные упражнения для глаз или подберет ребенку очки, предназначенным именно для работы на среднем расстоянии, характерном для компьютера...

ТРИБУНА трудящих
Видавець: редакція газети «Трибуна трудящих»
Свідоцтво про державну реєстрацію ХК №1518-259ПР від 29.04.2009 р.
Засновники: Харківська районна рада, Харківська районна державна адміністрація
Наш сайт: http://www.tribune.kharkov.ua
Офіційний сайт ХРДА: http://www.khrda.gov.ua
Виходить щосереди та щосуботи українською та російською мовами.
Адреса редакції: 61052, м. Харків, вул. Червоноармійська, 4.
E-mail: Tribuna2009@mail.ru
Тел. 712-00-56. Тел./факс 712-37-10.
В. о. головного редактора: Микола Хорошев.
Відповідальний за випуск: Ольга Попова.
Літературний редактор: Ганна Положій.
Верстка: Інна Денисенко.
Редакція залишає за собою право редагувати і скорочувати текст. Відповідальність за зміст та достовірність інформації у публікаціях несе автор, а в рекламних матеріалах (®) — рекламодавець. Редакція не завжди поділяє позицію авторів. Листи, рукописи і фотокартки не рецензуються і не повертаються. Листування з читачами тільки на сторінках газети. При використанні матеріалів посилатися на газету обов'язково.
Газета надрукована у друкарні ВАТ «Видавництво «Харків», Московський просп., 247, МСП, Харків, 61037.
Зам. 9- .
Тираж 2014 примірників.
Передплатний індекс 61805